

GUÍA DE ATLETA



MARATHON MÉRIDA



BANORTE

ENERO **8** 2023

42k 21k 10k 3k



GUÍA DE ATLETA

MARATHON MÉRIDA



ESTE DOCUMENTO ES UNA GUÍA QUE TE LLEVARÁ PASO A PASO PARA QUE DISFRUTES ESTA ACTIVIDAD DEPORTIVA AL MÁXIMO.

Información entrega de kits

Fecha: Sábado 7 de enero del 2023
Lugar: Unidad Deportiva Francisco de Montejo
Dirección: x y 33, Calle 30 29, Francisco de Montejo, Mérida, Yuc.
Horario: De 9:00 a.m. a 5:00 p.m.



CONOCE LA UBICACIÓN DANDO CLIC [AQUÍ](#)

Entrega de paquetes de competidor

Para recoger tu kit necesitas llevar:

- Identificación oficial vigente con fotografía
- Es altamente recomendable hacer el WEB CHECK-IN desde la APP Asdeporte para recoger tu paquete de modo rápido y sencillo.
- Si no haces el Web Check-in deberás **DESCARGAR AQUÍ LA EXONERACIÓN DE RESPONSABILIDAD**, imprimir, firmar y presentar en el registro para recoger tu kit.

REGISTRO PARA YUCATECOS

- No olvides pasar a módulo el día del registro, deberás mostrar tu INE para registrarte.
- Recuerda que si no te registras en el módulo, no podrás competir como tal.





GUÍA DE ATLETA

MARATHON MÉRIDA

 **BANORTE**

Día del evento

Domingo 8 de enero del 2023.

Monumento a la Patria, Paseo Montejo, Mérida, Yucatán.

Calentamiento e ingreso al bloque de salida

5:10 a 5:25 a.m.

Ceremonia de premiación para ganadores absolutos

10:00 a.m.

Ceremonia de premiación por categorías

11:30 a.m.



Arranques

CARRERA 42K

HORA 5:30 AM

Tiempo máximo: 6 horas 30 minutos

CARRERA 21K

HORA 6:00 AM

Tiempo máximo: 3 horas 15 minutos

CARRERA 10K

HORA 6:30 AM

Tiempo máximo: 1 hora 45 minutos

CAMINATA 3K

HORA 6:35 AM

Tiempo máximo 1 hora





GUÍA DE ATLETA

Ruta 42 km



Identifica la señalización que te acompañará a lo largo de tu recorrido, podrás distinguirla fácilmente ya que es de color AZUL (42K)

1
KM

10
KM

20
KM

30
KM

41
KM





GUÍA DE ATLETA

Ruta 21 km



Identifica la señalización que te acompañará a lo largo de tu recorrido, podrás distinguirla fácilmente ya que es de color **TURQUESA (21K)**





GUÍA DE ATLETA

Ruta 10 km



Identifica la señalización que te acompañará a lo largo de tu recorrido, podrás distinguirla fácilmente ya que es de color **ROJO** (10K)





GUÍA DE ATLETA

Ruta 3 km





GUÍA DE ATLETA

Recomendaciones

Sábado 7 de enero

- *No consumas alimentos a los que no estés acostumbrado; procura descansar y dormir bien la noche anterior al evento.
- * Lee cuidadosamente la guía de corredor y si tienes alguna duda, pregunta al personal de la organización en el área de entrega de paquetes o bien el día del evento.

Domingo 8 de enero

- Escoge ropa cómoda para correr, tenis cómodos (procura que no sean nuevos), playera del evento, short, gorra, etc.
- Coloca tu número al frente de la playera del evento, o con un porta números. Prueba que no te estorbe y que tenga perfecta visibilidad (no debes recortarlo o modificarlo) y verifica que el chip esté debidamente pegado a la parte posterior del número.
- Desayuna algo ligero, (café, pan, fruta, cereal). Los lácteos no son recomendables para consumirse antes de una carrera.
- Ve al baño antes de salir de tu casa.
- Te recomendamos que viajes en grupo, uses el transporte público, o dejes tu auto en un lugar céntrico y te desplaces en taxi hasta el lugar de la carrera, para evitar contratiempos.

Agradecimientos a Patrocinadores

